

ਮਾਰੂ ਸੋਲਹੇ ਮਹਲਾ ਪ

Maaroo, Solahas, Fifth Mehl:

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

One Universal Creator God. By The Grace Of The True Guru:

ਜੋ ਦੀਸੈ ਸੋ ਏਕੋ ਤੂਹੈ ॥

Whatever is seen is You, O One Lord.

ਬਾਣੀ ਤੇਰੀ ਸੁਣਿ ਸੁਣੀਐ ॥

What the ears hear is the Word of Your Bani.

ਦੂਜੀ ਅਵਰ ਨ ਜਾਪਸਿ ਕਾਈ ਸਗਲ ਤੁਮਾਰੀ ਧਾਰਣਾ ॥੧॥

There is nothing else to be seen at all. You give support to all. ||1||

ਆਪਿ ਚਿਤਾਰੇ ਅਪਣਾ ਕੀਆ ॥

You Yourself are conscious of Your Creation.

ਆਪੇ ਆਪਿ ਆਪਿ ਪ੍ਰਭੁ ਥੀਆ ॥

You Yourself established Yourself, O God.

ਆਪਿ ਉਪਾਇ ਰਚਿਓਨੁ ਪਸਾਰਾ ਆਪੇ ਘਟਿ ਘਟਿ ਸਾਰਣਾ ॥੨॥

Creating Yourself, You formed the expanse of the Universe; You Yourself cherish and sustain each and every heart. ||2||

ਇਕਿ ਉਪਾਏ ਵਡ ਦਰਵਾਰੀ ॥

You created some to hold great and royal courts.

ਇਕਿ ਉਦਾਸੀ ਇਕਿ ਘਰ ਬਾਰੀ ॥

Some turn away from the world in renunciation, and some maintain their households.

ਇਕਿ ਭੁਖੇ ਇਕਿ ਤ੍ਰਿਪਤਿ ਅਘਾਏ ਸਭਸੈ ਤੇਰਾ ਪਾਰਣਾ ॥੩॥

Some are hungry and some are satisfied and satiated, but all lean on Your Support. ||3||

ਆਪੇ ਸਤਿ ਸਤਿ ਸਤਿ ਸਾਚਾ ॥

The True Lord Himself is True, True, True.

ਓਤਿ ਪੋਤਿ ਭਗਤਨ ਸੰਗਿ ਰਾਚਾ ॥

He is woven into the essence of His devotees, through and through.

ਆਪੇ ਗੁਪਤੁ ਆਪੇ ਹੈ ਪਰਗਟੁ ਅਪਣਾ ਆਪੁ ਪਸਾਰਣਾ ॥੪॥

He Himself is hidden, and He Himself is revealed. He Himself spreads Himself out. ||4||

ਸਦਾ ਸਦਾ ਸਦ ਹੋਵਣਹਾਰਾ ॥

Forever, forever and ever, He shall always exist.

ਉਚਾ ਅਗਮੁ ਅਥਾਹੁ ਅਪਾਰਾ ॥

He is lofty, inaccessible, unfathomable and infinite.

ਊਣੇ ਭਰੇ ਭਰੇ ਭਰਿ ਊਣੇ ਏਹਿ ਚਲਤ ਸੁਆਮੀ ਕੇ ਕਾਰਣਾ ॥੫॥

He fills the empty, and empties out the filled; such are the plays and dramas of my Lord and Master. ||5||

ਮੁਖਿ ਸਾਲਾਹੀ ਸਚੇ ਸਾਹਾ ॥

With my mouth, I praise my True Lord King.

ਨੈਣੀ ਪੇਖਾ ਅਗਮ ਅਥਾਹਾ ॥

With my eyes, I behold the inaccessible and unfathomable Lord.

ਕਰਨੀ ਸੁਣਿ ਸੁਣਿ ਮਨੁ ਤਨੁ ਹਰਿਆ ਮੇਰੇ ਸਾਹਿਬ ਸਗਲ ਉਧਾਰਣਾ ॥੬॥

Listening, listening with my ears, my mind and body are rejuvenated; my Lord and Master saves all. ||6||

ਕਰਿ ਕਰਿ ਵੇਖਹਿ ਕੀਤਾ ਅਪਣਾ ॥

He created the creation, and gazes upon what He has created.

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸੋਈ ਹੈ ਜਪਣਾ ॥

All beings and creatures meditate on Him.

ਅਪਣੀ ਕੁਦਰਤਿ ਆਪੇ ਜਾਣੈ ਨਦਰੀ ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲਣਾ ॥੭॥

He Himself knows His creative power; He blesses with His Glance of Grace. ||7||

ਸੰਤ ਸਭਾ ਜਹ ਬੈਸਹਿ ਪ੍ਰਭ ਪਾਸੇ ॥

Where the Saints gather together and sit, God dwells close at hand.

ਅਨੰਦ ਮੰਗਲ ਹਰਿ ਚਲਤ ਤਮਾਸੇ ॥

They abide in bliss and joy, beholding the Lord's wondrous play.

ਗੁਣ ਗਾਵਹਿ ਅਨਹਦ ਧੁਨਿ ਬਾਣੀ ਤਹ ਨਾਨਕ ਦਾਸੁ ਚਿਤਾਰਣਾ ॥੮॥

They sing the Glories of the Lord, and the unstruck sound current of His Bani;
O Nanak, His slaves remain conscious of Him. ||8||

ਆਵਣੁ ਜਾਣਾ ਸਭੁ ਚਲਤੁ ਤੁਮਾਰਾ ॥

Coming and going is all Your wondrous play.

ਕਰਿ ਕਰਿ ਦੇਖੈ ਖੇਲੁ ਅਪਾਰਾ ॥

Creating the Creation, You gaze upon Your infinite play.

ਆਪਿ ਉਪਾਏ ਉਪਾਵਣਹਾਰਾ ਅਪਣਾ ਕੀਆ ਪਾਲਣਾ ॥੯॥

Creating the Creation, You Yourself cherish and nurture it. ||9||

ਸੁਣਿ ਸੁਣਿ ਜੀਵਾ ਸੋਇ ਤੁਮਾਰੀ ॥

Listening, listening to Your Glory, I live.

ਸਦਾ ਸਦਾ ਜਾਈ ਬਲਿਹਾਰੀ ॥

Forever and ever, I am a sacrifice to You.

ਦੁਇ ਕਰ ਜੋੜਿ ਸਿਮਰਉ ਦਿਨੁ ਰਾਤੀ ਮੇਰੇ ਸੁਆਮੀ ਅਗਮ ਅਪਾਰਣਾ ॥੧੦॥

With my palms pressed together, I meditate in remembrance on You, day and
night, O my inaccessible, infinite Lord and Master. ||10||

ਤੁਧੁ ਬਿਨੁ ਦੂਜੇ ਕਿਸੁ ਸਾਲਾਹੀ ॥

Other than You, who else should I praise?

ਏਕੋ ਏਕੁ ਜਪੀ ਮਨ ਮਾਹੀ ॥

I meditate on the One and Only Lord within my mind.

ਹੁਕਮੁ ਬੁਝਿ ਜਨ ਭਏ ਨਿਹਾਲਾ ਇਹ ਭਗਤਾ ਕੀ ਘਾਲਣਾ ॥੧੧॥

Realizing the Hukam of Your Will, Your humble servants are enraptured; this
is the achievement of Your devotees. ||11||

ਗੁਰ ਉਪਦੇਸਿ ਜਪੀਐ ਮਨਿ ਸਾਚਾ ॥

Following the Guru's Teachings, I meditate on the True Lord within my mind.

ਗੁਰ ਉਪਦੇਸਿ ਰਾਮ ਰੰਗਿ ਰਾਚਾ ॥

Following the Guru's Teachings, I am immersed in the Lord's Love.

ਗੁਰ ਉਪਦੇਸਿ ਤੁਟਹਿ ਸਭਿ ਬੰਧਨ ਇਹੁ ਭਰਮੁ ਮੋਹੁ ਪਰਜਾਲਣਾ ॥੧੨॥

Following the Guru's Teachings, all bonds are broken, and this doubt and emotional attachment are burnt away. ||12||

ਜਹ ਰਾਖੈ ਸੋਈ ਸੁਖ ਥਾਨਾ ॥

Wherever He keeps me, is my place of rest.

ਸਹਜੇ ਹੋਇ ਸੋਈ ਭਲ ਮਾਨਾ ॥

Whatever naturally happens, I accept that as good.

ਬਿਨਸੇ ਬੈਰ ਨਾਹੀ ਕੋ ਬੈਰੀ ਸਭੁ ਏਕੋ ਹੈ ਭਾਲਣਾ ॥੧੩॥

Hatred is gone - I have no hatred at all; I see the One Lord in all. ||13||

ਡਰ ਚੂਕੇ ਬਿਨਸੇ ਅੰਧਿਆਰੇ ॥

Fear has been removed, and darkness has been dispelled.

ਪ੍ਰਗਟ ਭਏ ਪ੍ਰਭ ਪੁਰਖ ਨਿਰਾਰੇ ॥

The all-powerful, primal, detached Lord God has been revealed.

ਆਪੁ ਛੋਡਿ ਪਏ ਸਰਣਾਈ ਜਿਸ ਕਾ ਸਾ ਤਿਸੁ ਘਾਲਣਾ ॥੧੪॥

Forsaking self-conceit, I have entered His Sanctuary, and I work for Him. ||14||

ਐਸਾ ਕੇ ਵਡਭਾਗੀ ਆਇਆ ॥

Rare are those few, very blessed people, who come into the world,

ਆਠ ਪਹਰ ਜਿਨਿ ਖਸਮੁ ਧਿਆਇਆ ॥

and meditate on their Lord and Master, twenty-four hours a day.

ਤਿਸੁ ਜਨ ਕੈ ਸੰਗਿ ਤਰੈ ਸਭੁ ਕੋਈ ਸੋ ਪਰਵਾਰ ਸਧਾਰਣਾ ॥੧੫॥

Associating with such humble people, all are saved, and their families are saved as well. ||15||

ਇਹ ਬਖਸੀਸ ਖਸਮ ਤੇ ਪਾਵਾ ॥

This is the blessing which I have received from my Lord and Master.

ਆਠ ਪਹਰ ਕਰ ਜੋੜਿ ਧਿਆਵਾ ॥

Twenty-four hours a day, with my palms pressed together, I meditate on Him.

ਨਾਮੁ ਜਪੀ ਨਾਮਿ ਸਹਜਿ ਸਮਾਵਾ ਨਾਮੁ ਨਾਨਕ ਮਿਲੈ ਉਚਾਰਣਾ ॥੧੬॥੧॥੬॥

I chant the Naam, and through the Naam, I intuitively merge into the Lord; O Nanak, may I be blessed with the Naam, and ever repeat it. ||16||1||6||